ສິ່ງທີ່ຕ້ອງຮູ້
ກ່ຽວກັບຮູບສ່ອງໄຟຟ້ານົມ
ທີ່ມີຄຸນນະພາບດີ



ແບບລູກຄ້າ

ຄຳແນະນຳໜ້າທີ່ຂອງຄລີນິກ

ນຳເບີ 13

ການສ່ອງໄຟຟ້ານົມແມ່ນຫຍັງ?

ການສ່ອງໄຟຟ້ານົມແມ່ນການສ່ອງຖ່າຍຮູບນົມໂດຍໃຊ້ພລັງງານຈຳນວນໜ້ອຍຈິງປອດພັຍ.

ຈະສ່ອງໄຟຟ້ານົມເວລາກວດນົມ. ມີການກວດນົມສອງຢ່າງຄືການກວດທັມມະດາແລະການກວດວິຈັຍ.

ການກວດນົມທັມະດາເປັນວິທີງ່າຍທີ່ຈະເຫັນໂຣກມະເຮັງໄດ້ໄວໆ, ໃນເມື່ອຊຶ່ງເປັນເວລາທີ່ການປິ່ນປົວມີຜົນຫລາຍແລະມີໂອກາດພົ້ນໂຣກສູງຫລາຍ. ທັມະດາໄດ້ຖ່າຍນົມແຕ່ລະເບື້ອງສອງເທື່ອ. ມີໝໍຜູ້ທີ່ໄດ້ຮັບການຝຶກຫັດອ່ານຮູບສ່ອງໄຟຟ້າໄດ້ກວດຮູບທີ່ຫລັງ.

ມີການເຫັນພ້ອມກັນວ່າການກວດນົມຢ່າງທັມະດາໄດ້ເຮັດໃຫ້ຄວາມຕາຍຂອງຜູ້ຍິງທີ່ມີອາຍຸ 50 ປີຂຶ້ນໄປໜ້ອຍລົງ. ມີຣະຍະການເຫັນພ້ອມກັນກ່ຽວຜົນປະໂຍດຂອງການກວດນົມຂອງຜູ້ຍິງທີ່ມີອາຍຸຕ່ຳກວ່າ 50 ປີ.

ໃຫ້ມີການກວດນົມຫລາຍເທົ່າທີ່ໝໍຫລືຜູ້ຮັບໃຊ້ປິ່ນປົວຂອງທ່ານຈະແນະນຳໃຫ້. ການກວດນົມອາດຈະສະແດງການປ່ຽນແປງພາຍໃນນົມກ່ອນຈະສາມາດບີບກ່ອນແຂງໃນນົມໄດ້.

ການສ່ອງໄຟຟ້ານົມແບບວິຈັຍກໍ່ໃຊ້ໄດ້ເວລາອາດຈະມີບັນຫາ. ຈະໃຊ້ວິທີນີ້ເວລາມີບັນຫາໃນການສ່ອງໄຟຟ້າທັມະດາຍ້ອນວ່າມີກໍຣະນີພິເສດ (ເຊັ່ນບັນດາຜູ້ຍິງທີ່ມີປາງຝັງໄວ້ໃນນົມ). ການກວດນົມແບບວິຈັຍໄດ້ກິນເວລາຫລາຍກວ່າການກວດທັມະດາເພາະວ່າໄດ້ສ່ອງໄຟຟ້າຫລາຍຮູບ. ອາດຈະມີທ່ານໝໍກວດຮູບໃນເວລາທ່ານກຳລັງລໍຖ້າ.

ປຶ້ມສະບັບນີ້ໄດ້ຖືກປະດິດອອກໂດຍກົມວ່າການນະໂຍບາຍການປິ່ນປົວແລະການຄົ້ນຄ້ວາ (Agency for Health Care Policy and Research) ໂດຍມີການຮ່ວມມືຂອງກະຊວງວ່າການອາຫານແລະຢາ (Food and Drug Administration).

ສິ່ງທີ່ຕ້ອງຮູ້ກ່ຽວກັບການສ່ອງໄຟຟ້າທີ່ມີຄຸນນະພາບດີ

ຄຳແນະນຳຂອງບັນດາຜູ້ຍິງ

ຈຸປະສົງຂອງປື້ມນ້ອຍສະບັບນີ້

ປື້ມນ້ອຍສະບັບນີ້ອາດຈະຊ່ວຍທ່ານໃຫ້ຮຽນເຖິງການຫາການສ່ອງໄຟຟ້ານົມອັນດີທີ່ສຸດ. ໂດຍມີຄວາມຮູ້ຈະຊ່ວຍທ່ານຮ່ວມມືກັບ (ພວກປິ່ນປົວ) ກ່ອນ, ໃນຣະວ່າງແລະທີ່ຫລັງທ່ານໄດ້ຖືກສ່ອງໄຟຟ້າເພື່ອຈະໄດ້ຜົນປະໂຍດທີ່ດີແລະເປັນທີ່ໃຊ້ໄດ້.

ມີຜູ້ຮັບໃຊ້ປິ່ນປົວຫລາຍຄົນທີ່ອາດຈະຊ່ວຍທ່ານໄດ້ໃນການປົວຣະບັດນົມຂອງທ່ານ. ບັນດາທ່ານໝໍ, ນາງພະຍາບານ, ນາງໝໍແລະນາຍໝໍສາມາດກວດນົມຂອງທ່ານ, ສົ່ງທ່ານໄປຖືກສ່ອງໄຟຟ້າຖ້າເໝາະສົມແລະຈະຊ່ວຍທ່ານໃຫ້ຮັບການກວດເພີ້ມເຕີ່ມຖ້າຈຳເປັນ. ຢູ່ໃນປື້ມນ້ອຍສະບັບນີ້ເຮົາໄດ້ໃຊ້ຄວາມທີ່ວ່າ ໝໍ ເພື່ອຈະອ່ານອອກງາຍໆແຕ່ຜູ້ໃດທີ່ຈົດໄວ້ທັງເທີງນີ້ອາດຈະປິ່ນປົວທ່ານຢ່າງດີໄດ້.

ຢູ່ທີ່ຫ້ອງການສ່ອງໄຟຟ້ານົມຜູ້ທີ່ສ່ອງໄຟຟ້າໃຫ້ (ພະນັກງານສ່ອງໄຟຟ້າ), ນັກສ່ອງໄຟຟ້າແລະພວກທີ່ສ້ອມແປງເຄື່ອງໃຊ້ໃຫ້ດີທີ່ສຸດ ໄດ້ຮັບການແອບສອນຢ່າງພິເສດໃນການສ່ອງໄຟຟ້ານົມ. ພວກນັ້ນຮ່ວມກັນທຳໜ້າທີ່ເປັນທີມເພື່ອທ່ານຈະແນ່ນອນວ່າທ່ານໄດ້ຮັບການສ່ອງໄຟຟ້ານົມຢ່າງດີທີ່ສຸດ.

ຫລັງຈາກການສ່ອງໄຟຟ້ານົມຂອງທ່ານ, ທ່ານໝໍຂອງທ່ານຈະຮັບຜົນສະທ້ອນຂອງການນັ້ນ. ຕ້ອງແນ່ນອນຮັບຜົນສະທ້ອນການສ່ອງໄຟຟ້າຂອງທ່ານຈາກທ່ານໝໍຂອງທ່ານຫລືຈາກຫ້ອງການສ່ອງໄຟຟ້ານົມ.

ໃຫ້ແນ່ນອນວ່າທ່ານໄດ້ເຂົ້າໃຈຜົນສະທ້ອນແລະຄຳແນະນຳໃຫ້ປົວຣະບັດຕໍ່ໄປ້ ຢ່າສູ້ຢ້ານຖາມຄຳຖາມຈັກເທື່ອດີ.

ການເຣັດຕາມທັງເຈັດຂັ້ນເຊິ່ງບົງໄວ້ໃນປຶ້ມນ້ອຍສະບັບນີ້ສາມາດຊ່ວຍທ່ານຮັກສາສຸຂພາບນົມຂອງທ່ານ. ໃຫ້ແນ່ໃຈນຳທຸກໆຂັ້ນແດ່ທ້ອນ.

ເຈັດຂັ້ນເຖິງສຸຂພາບຂອງນົມ

1. ໃຫ້ກວດນົມປະຈຳເວລາ.

ນີ້ແຫລະເປັນສຳຄັນທີ່ສຸດໃຫ້ຮັກສາສຸຂພາບຂອງນົມ.

- ໃຫ້ໝໍຂອງທ່ານກວດນົມທຸກເທື່ອ ເວລາທ່ານໄດ້ຮັບການກວດຣ່າງກາຍຂອງທ່ານ.
- ໃຫ້ຖືກສ່ອງໄຟຟ້ານົມຕາມເວລາໝໍຂອງທ່ານໄດ້ແນະນຳສັ່ງໃຫ້. ຂໍໃຫ້ໝໍຂອງທ່ານນັດເວລາໄວ້ເພິ່ງຈະສ່ອງໄຟຟ້ານົມ.
- ໃຫ້ກວດນົມຂອງຕົນເອງທຸກໆເດືອນ. ໝໍຂອງທ່ານຈະສອນທ່ານໃຫ້ຮູ້ວິທີກວດໄດ້.

ການກວດທັງສາມຢ່າງນີ້ສາມາດຊ່ວຍທ່ານແລະໝໍຂອງທ່ານຮຽນຮູ້ເຖິງສະພາບອັນປົກະຕິຂອງນົມຂອງທ່ານແລະອາການຈະເປັນແນວໃດທີ່ຈະສະແດງວ່າມີບັນຫາ.

ຈົ່ງໄປຫາໝໍຖ້າໄດ້ເຫັນແນວດັ່ງຕໍ່ໄປນີ້:

- ມີກ້ອນແຂງຫລືແນວຂຸ້ມພາຍໃນນົມ
- ມີນ້ຳອອກຫົວນົມທີ່ຕິດເສື້ອຍົກຊົງຫລືຜ້າປູຕຽງນອນ.
- ມີການປ່ຽນແປງໃນໜັງຂອງນົມ.

ການປ່ຽນແປງແນວນີ້ອາດຈະປົກະຕິຢູ່ແຕ່ທ່ານສົມຄວນໃຫ້ກວດເບິ່ງໄວເທົ່າທີ່ຈະໄວໄດ້.

2. ໃຫ້ເລືອກເອົາຫ້ອງການທີ່ມີຄຸນະພາບດີ.

ມີໂຮງໝໍ, ຄລີນິກ, ແລະສູນກາງສ່ອງໄຟຟ້ານົມຫລາຍແຫ່ງທີ່ຮັບບໍຣິການສ່ອງໄຟຟ້ານົມ. ມີຣົຖສ່ອງໄຟຟ້າທີ່ທ່ຽວໄປຕາມຕະລາດ, ສູນກາງສັງຄົມແລະຫ້ອງການຕ່າງໆ. ຫ້ອງການບໍຣິການທຸກແຫ່ງຕ້ອງປະຕິບັດຕາມມາຕະຖານດີຢ່າງດຽວກັນ.

ທ່ານໝໍຂອງທ່ານອາດຈະສົ່ງທ່ານໄປຫາຫ້ອງການສ່ອງໄຟຟ້ານົມ ຫລືທ່ານອາດຈະຫາບ່ອນນຶ່ງທີ່ເປັນຄວາມສະດວກໃຫ້ແກ່ທ່ານ.

ຈົ່ງແນ່ໃຈວ່າຫ້ອງການສ່ອງໄຟຟ້ານົມທີ່ທ່ານໄດ້ເລືອກເອົານັ້ນໄດ້ຖືກຮັບຮອງໂດຍກະຊວງວ່າການອາຫານແລະຢາ (FDA) ຍົກເວັ້ນແຕ່ຫ້ອງການຂອງກະຊວງວ່າການສຸຂພາບຂອງນັກຮົບເກົ່າ (VHA).

ມີກົດໝາຍໃໝ່ທີ່ອື່ນວ່າ ກົດມາຕະຖານການສ່ອງໄຟຟ້ານົມທີ່ມີຄຸນະພາບດີ ໄດ້ບັງຄັບຫ້ອງການສ່ອງໄຟຟ້ານົມທຸກແຫ່ງເວັ້ນໄວ້ແຕ່ຫ້ອງການທີ່ຂຶ້ນກັບກະຊວງ VHA ໃຫ້ຮັບການຮັບຮອງໂດຍ FDA ເລີ່ມຕົ້ນແຕ່ວັນທີ 10/1/1994 ເປັນຕົ້ນໄປ. ເພື່ອຈະຖືກຮັບຮອງໄດ້ ຫ້ອງການຕ້ອງຂອບມາຕະຖານໂດຍເຄື່ອງທີ່ເອົາໃຊ້, ພະນັກງານທີ່ເຮັດການທີ່ນັ້ນ, ແລະການບັນທຶກການ. ກະຊວງ VHA ມີໂຄງການສ່ອງໄຟຟ້ານົມທີ່ມີຄຸນະພາບດີຫລາຍຂອງຕົນເອງ ທີ່ຄືກັນກັບກະຊວງ FDA.

ຖ້າຫ້ອງການທີ່ທ່ານໃຊ້ນັ້ນບໍ່ມີການລັບລອງໂດຍກະຊວງ FDA ຈົ່ງໄປທີ່ຫ້ອງການທີ່ອື່ນທີ່ໄດ້ຮັບການລັບລອງແລ້ວ.

ເພື່ອຫາຫ້ອງການສ່ອງໄຟຟ້ານົມທີ່ຮັບລອງແລ້ວ, ໃຫ້ຖາມໝໍຂອງທ່ານຫລືໂທໄປຫາ National Cancer Institute's Cancer Information Service (ການບໍຣິການຣາຍຣະອຽດໂຣກມະເລັງຂອງສະຖາບັນໂຣກມະເລັງຫລວງ) ຕາມເລກໂທ 800-4-CANCER.

ເມື່ອທ່ານໄດ້ໄປທີ່ຫ້ອງການສ່ອງໄຟຟ້ານົມໃຫ້ຊອກຫາໃບປະການສນິຍະບັດທີ່ຈະພິສູດວ່າຫ້ອງການນັ້ນໄດ້ຖືກລັບລອງໂດຍກະຊວງ FDA ແລ້ວ. ທ່ານອາດຈະເຫັນໃບນັ້ນຕິດໄວ້ບ່ອນທີ່ຈະເຫັນແລະອ່ານໄດ້ງ່າຍ.



3. ໃຫ້ນັດເວລາສ່ອງໄຟຟ້ານົມໃນເມື່ອນົມຂອງທ່ານອາດເຈັບໜ້ອຍທີ່ສຸດ.

ເມື່ອເຂົ້າສ່ອງໄຟຟ້າ ນົມໄດ້ຖືກບີບໃນຣະວ່າງແຜ່ນໄສຢາງປລາສຕິກສອງໃບຈັກວິນາທີ. ການເຣັດແນວນີ້ໄດ້ອອກຣູບແຈ່ມແຈ້ງດີຂອງນົມໂດຍໃຊ້ພລັງງານໜ້ອຍທີ່ສຸດ. ມັນບໍ່ສະບາຍປານໃດແລະມີຜູ້ຍິງບ່າງຄົນຈົ່ມວ່າມີຄວາມເຈັບ.

ຖ້າທ່ານມີນົມທີ່ມັກປວດງ່າຍ ໃຫ້ເລືອກເອົາເວລາພາຍໃນເດືອນໃດໜຶ່ງທີ່ນົມຂອງທ່ານເຈັບໜ້ອຍທີ່ສຸດເພື່ອຈະຮັບການກວດນົມ. ໃຫ້ເວັ້ນຈາກອາທິດກ່ອນເວລາເປັນຣະດູຂອງທ່ານ. ແນວນີ້ຈະຊ່ວຍທ່ານໃຫ້ມີອາການປວດນົມໜ້ອຍລົງ.

4. ໃຫ້ສະເໜີແລະໃຫ້ຮັບຣາຍຣະອຽດອັນສຳຄັນໃນເວລານັດເວລາສ່ອງໄຟຟ້ານົມ.

ເມື່ອທ່ານໄດ້ໂທໄປນັດເວລາ ໃຫ້ຈັດຕຽມຣາຍຣະອຽດໄວ້ທີ່ຫ້ອງການສ່ອງໄຟຟ້າຈະຕ້ອງຮູ້. ຫ້ອງການອາດຈະລໍຖ້າເວລາທ່ານໄດ້ເຂົ້າໄປພົບເພື່ອຖາມຄຳຖາມບ່າງຂໍ້ ສະນັ້ນເປັນຄວາມຄິດທີ່ດີໃຫ້ທ່ານເອົາຣາຍຣະອຽດໄປນຳເມື່ອທ່ານໄປສ່ອງໄຟຟ້ານົມ. ຣາຍຣະອຽດແນວນັ້ນອາດຈະເປັນດັ່ງຕໍ່ລົງໄປນີ້:

- ຊື່, ທີ່ຢູ່ແລະເລກໂທຣະສັບຂອງທ່ານ
- ອາຍຸຂອງທ່ານ



- ຊື່, ທີ່ຢູ່ແລະເລກໂທຣະສັບຂອງຫ້ອງການທີ່ທ່ານເຄີຍຮັບການສ່ອງໄຟຟ້ານົມ.
- ເຣື້ອງໂຣກນົມທີ່ອາດຈະມີຢູ່ໃນຄອບຄົວຂອງທ່ານ
- ບັນຫາປັດຈຸບັນທີ່ທ່ານອາດຈະມີໃນນົມຂອງທ່ານພ້ອມດ້ວຍວ່າມີບັນຫານັ້ນໄດ້ດົນປານໃດ.
- ບັນຫາເກົ່າຂອງນົມຂອງທ່ານພ້ອມໂດຍການຜ່າຕັດໜ້ອຍເພື່ອກວດໂຣກນົມຫລືການຜ່າຕັດນົມເລີຍ.
- ວ່າທ່ານມີຢາງຝັງໄວ້ໃນນົມຫລືບໍ່.
- ຣາຍຣະອຽດສ່ວນຕົວຢ່າງອື່ນ:
  - ວ່າທ່ານຖືພາຫລືກຳລັງລ້ຽງນົມໃຫ້ເດັກຫລືບໍ່.
  - ເວລາເປັນຣະດູປະຈຳເດືອນຫລືການເປັນຣະດູໄດ້ເຊົາຫລືບໍ່.
  - ມີຢ່າງໃດແດ່ທີ່ອາດຈະເຮັດໃຫ້ການສ່ອງໄຟຟ້ານົມລຳບາກ (ຄືມີນົມໃຫຍ່ຫລາຍຫລືບໍ່ສາມາດຍືນໄດ້ເປັນຕົ້ນ).
- ຊື່, ທີ່ຢູ່ແລະເລກໂທຣະສັບຂອງໝໍຂອງທ່ານ.

ນີ້ແຫລະເປັນຄຳຖາມທີ່ທ່ານສົມຄວນຖາມເວລາທ່ານນັດເວລາເຂົ້າໄປພົບ:

- ທ່ານຈະຮັບຮູ້ເຖິງຜົນສະທ້ອນຂອງການກວດນົມເມື່ອໃດແລະໂດຍທາງໃດ.
- ສິ່ງທີ່ທ່ານຕ້ອງເຮັດເພື່ອຕຽມຕົວໃຫ້ຮັບການກວດ. (ໃຫ້ເບິ່ງໜ້າ 8 ຂອງປື້ມນ້ອຍສະບັບນີ້ເພື່ອເອົາຣາຍຣະອຽດເພີ້ມເຕີມ.)

ຖ້າທ່ານມີຄວາມຖາມຢ່າງອື່ນກ່ອນຮັບການສ່ອງໄຟຟ້ານົມຂອງທ່ານ ຄວນຕິດຕໍ່ກັບໝໍຫລືຫ້ອງການສ່ອງໄຟຟ້ານົມຂອງທ່ານ.

5. ຈົ່ງຮູ້ວ່າຈະຄາດໝາຍຫຍັງ.

ຖ້າທ່ານເຂົ້າໃຈສິ່ງທີ່ຈະເກີດຂຶ້ນເມື່ອຮັບການສ່ອງໄຟຟ້ານົມການງຽດງິດຂອງທ່ານອາດຈະໜ້ອຍລົງ. ເປັນສຳຄັນຫລາຍໃຫ້ທ່ານເຂົ້າໃຈວ່າເຂົາໄດ້ໃຊ້ພລັງງານຈຳນວນໜ້ອຍໃນການສ່ອງໄຟຟ້ານົມ.

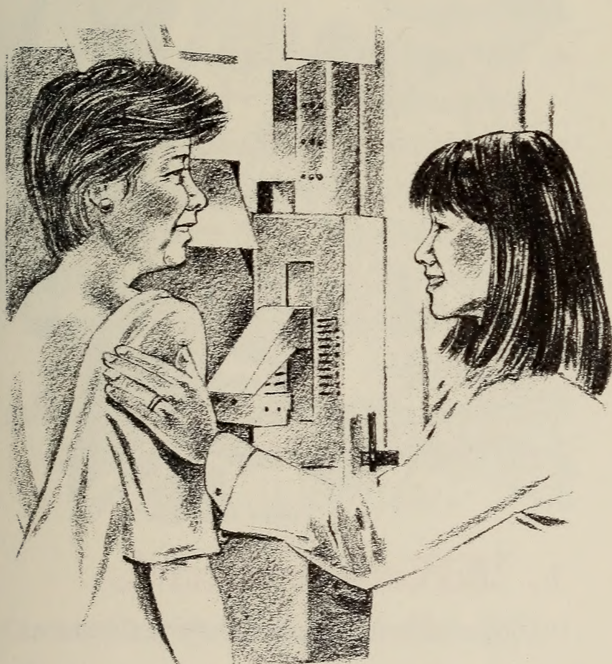
ເມື່ອທ່ານຖືກສ່ອງໄຟຟ້ານົມ ທ່ານຈະຍືນຕໍ່ໜ້າເຄື່ອງສ່ອງໄຟຟ້າອັນພິເສດ. ພະນັກງານສ່ອງໄຟຟ້າຈະຍົກນົມແຕ່ລະເບື້ອງຂອງທ່ານວ່າງໃສ່ຊານທີ່ມີຟິມຢູ່ໃນ. ຊານນັ້ນຈະຂຶ້ນຫລືລົງໄດ້ຕາມຄວາມສູງຂອງທ່ານ.

ແລ້ວນົມຈະຖືກຄ່ອຍບີບລົງໂດຍແຜ່ນໄສປລັສຕິກທີ່ຖືກປະດິດ
ໂດຍສະເພາະ. ຕ້ອງໃຊ້ກຳລັງໜ້ອຍນຶ່ງແຕ່ຈັກວິນາທີເພື່ອຈະ
ຖ່າຍຮູບນົມຫລາຍເທົ່າທີ່ຈະຫລາຍໄດ້.

ການບີບນົມບໍ່ໄດ້ທຳຮ້າຍນົມຂອງທ່ານ. ແທ້ຈິງການບີບນົມໄດ້
ເຮັດໃຫ້ການໃຊ້ພະລັງງານໜ້ອຍລົງ.

ມີການສຶກສາເຣື້ອງທີ່ສະແດງວ່າພວກຜູ້ຍິງບໍ່ໄດ້ຄິດວ່ານົມໄດ້ຖືກ
ປວດໃນເວລາຣະຍະສັ້ນທີ່ຕ້ອງໃຊ້ຖ່າຍຮູບນົມ. ໃຫ້ພະຍາຍາມ
ພັກພອນໃຈ. ຖ້າການບີບນົມເຈັບຂຶ້ນ ທ່ານຈະບອກພະນັກງານ
ໃຫ້ເຊົາກໍ່ໄດ້.

ຖ້າມມີບັນຫາໃນບ່ອນນຶ່ງບ່ອນໃດໃນນົມຂອງທ່ານ ທ່ານໝໍ
ຫລືພະນັກງານສ່ອງໄຟຟ້າອາດຈະຕ້ອງກວດນົມອີກ.



6. ໃຫ້ມາເຖິງໂດຍຕຽມຕົວໄວ້.

- ໃຫ້ນຸ່ງເຄື່ອງທີ່ເປັນສອງທ່ອນເພື່ອຈະແກ້ແຕ່ທັງເທິງເທົ່ານັ້ນ.
- ຢ່າເອົານ້ຳຫອມ, ແປ້ງຫອມ ຫລືໂລຊັນໃຊ້ທາຕິດແຂນຫລືໃກ້ນົມໃນມື້ນັ້ນ. ອາດຈະເຫັນແນວນີ້ໄດ້ທີ່ຮູບສ່ອງໄຟຟ້າ.
- ໃຫ້ນຳເອົາຊື່, ທີ່ຢູ່, ແລະເລກໂທລະສັບຂອງໝໍຂອງທ່ານຫລືຜູ້ຮັບໃຊ້ປິ່ນປົວຄົນອື່ນຂອງທ່ານມາ.
- ໃຫ້ນຳລາຍງານສະຖານທີ່ແລະວັນທີຂອງການສ່ອງໄຟຟ້ານົມ, ການຜ່າຕັດກວດນົມຫລືການປິ່ນປົວນົມມາທີ່ທ່ານເຄີຍຮັບແຕ່ກ່ອນ.
- ໃຫ້ບອກຫ້ອງການທີ່ທ່ານເຄີຍຮັບການສ່ອງໄຟຟ້ານົມແຕ່ກ່ອນໃຫ້ປ່ອຍລາຍງານໃຫ້ແກ່ທ່ານແລ້ວນຳລາຍງານນັ້ນມາຖ້າເປັນໄປໄດ້. ຮູບສ່ອງໄຟຟ້າໃບໃໝ່ອາດຈະໃຊ້ໄດ້ທຽບຮູບເກົ່າເພື່ອຈະເຫັນວ່າມີຄວາມປ່ຽນແປງຫລືບໍ່.

ອາດຈະຊ່ວຍເຮົາໄດ້:

- ໃຫ້ນຳຄຳຖາມກ່ຽວກັບການສ່ອງໄຟຟ້ານົມຫລືການສ່ອງໄຟຟ້ານົມຂອງຕົນເອງມາ.
- ຫາກວ່າທ່ານຄິດວ່າອາດຈະມີບັນຫາຍິນຫລືເຂົ້າໃຈຄຳແນະນຳ, ໃຫ້ພິຈາລະນາເອົາໝູ່ຫລືພີ່ນ້ອງມານຳເພື່ອຊ່ວຍ.
- ຖ້າທ່ານເປັນຮ່ວງອາການເຈັບ, ທ່ານອາດຈະຢາກກິນຢາເຈັບແກ່ເຊັ່ນທີ່ຊື້ໄດ້ໂດຍບໍ່ມີໃບສັ່ງຈາກໝໍປະມານນຶ່ງຊົ່ວໂມງກ່ອນຖືກສ່ອງໄຟຟ້ານົມ. ຢານີ້ຈະບໍ່ຣົບກວນການສ່ອງໄຟຟ້ານົມ.

ຖ້າມີແນວໃດແນວນຶ່ງທີ່ທ່ານບໍ່ເຂົ້າໃຈ, ຈົ່ງຖາມ. ແລ້ວຕ້ອງຖາມອີກຈົນກວ່າຄຳຖາມຂອງທ່ານທຸກໆຂໍ້ໄດ້ຖືກຕອບແລ້ວ.

7. ໃຫ້ປະຕິບັດຫລັງຈາກຮັບເຫດຜົນ.

ການຮັບຮູ້ເຫດຜົນການສ່ອງໄຟຟ້ານົມຂອງທ່ານສຳຄັນຫລາຍ.

ອາດເປັນໄປໄດ້ວ່າເຫດຜົນຂອງການສ່ອງໄຟຟ້ານົມຂອງທ່ານຈະຕ້ອງປົກະຕິ. ແຕ່ ***ຢ່າສູ່*** *ຄິດຫລວງໜ້າວ່າເຫດຜົນຂອງການສ່ອງໄຟຟ້າປົກະຕິແລ້ວຍ້ອນວ່າທ່ານຍັງບໍ່ໄດ້ຮັບລາຍງານນັ້ນ*

ມາແຕ່ເທົ່ານັ້ນ. ຖ້າທ່ານບໍ່ໄດ້ຮັບເຫດຜົນຂອງການສ່ອງໄຟຟ້ານົມພາຍໃນ 10 ວັນ, ໃຫ້ຖາມໝໍຂອງທ່ານຫລືໂທໄປຫາຫ້ອງການສ່ອງໄຟຟ້ານົມ.

ຖ້າການສ່ອງໄຟຟ້າກວດນົມໄດ້ສະແດງຢ່າງໃດທີ່ຜິດປົກະຕິ, ໃຫ້ຕິດຕໍ່ກັບໝໍຂອງທ່ານໄວເທົ່າທີ່ຈະໄວໄດ້ກ່ຽບກັບວ່າຈະເຮັດແນວໃດຕໍ່ໄປ. ໝໍຂອງທ່ານອາດຈະນັດເວລາໃຫ້ຖືກການສ່ອງໄຟຟ້າວິຈັຍຫລືທ່ານອາດຈະນັດເວລາເອງກໍ່ໄດ້ ແຕ່ໃຫ້ເຮັດໄວໆ. ໃຫ້ຕິດຕໍ່ເລື້ອງເຫດຜົນນັ້ນກັບໝໍຂອງທ່ານ.



ເມື່ອການສ່ອງໄຟຟ້າວິຈັຍໄດ້ສະແດງແນວຜິດປົກະຕິແລ້ວ, ພະນັບງານອາດຈະແນະນຳທ່ານໃຫ້ຖືກການກວດແນວອື່ນ. ການເຈາະເປັນວິທີນຶ່ງທີ່ຈະຫາເຍື້ອໄຍຂອງນົມຕ່ອນນ້ອຍມາກວດເບິ່ງໂດຍກ້ອງສ່ອງເບິ່ງແນ່ພະຍາດ. ບ່າງເທື່ອໝໍອາດຈະຕ້ອງເຈາະເພາະລາວໄດ້ເຫັນແນວນຶ່ງເວລາກວດນົມເຖິງ

ແມ່ນວ່າການສ່ອງໄຟຟ້ານົມຄືປົກກະຕິຢູ່.

ການສ່ອງໄຟຟ້ານົມຫາກສະແດງບັນຫາເມື່ອໃດຫລືຄວາມຈຳເປັນກວດເບິ່ງຢ່າງອື່ນ:

- ຈົ່ງແນ່ໃຈວ່າທ່ານໄດ້ເຂົ້າໃຈສິ່ງທີ່ຕ້ອງເຮັດຕໍ່ໄປ.
- ໃຫ້ເກັບເອກະສານຜົນຂອງການກວດເປັນແຜ່.
- ໃຫ້ຖາມກ່ຽວກັບເອກະສານຜົນຖ້າທ່ານເຫັນແນວທີ່ເຂົ້າໃຈຍາກ.

ຖ້າທ່ານບໍ່ມີໝໍຫລືຜູ້ຮັບບໍລິການປິ່ນປົວ, ທ່ານຈະຕ້ອງຊອກຫາຜູ້ນຶ່ງຖ້າການສ່ອງໄຟຟ້ານົມບໍ່ປົກກະຕິ. ໃຫ້ຖາມຫ້ອງການສ່ອງໄຟຟ້ານົມຊ່ວຍທ່ານຊອກຫາໝໍມາ. ແລ້ວໃຫ້ນັດເວລາເຂົ້າໄປພົບໄວໆເພື່ອທ່ານຈະເວົ້າກັບໝໍໄດ້ວ່າຈະເຮັດແນວໃດຕໍ່ໄປໄດ້.

ການສ່ອງໄຟຟ້າມີຜົນປະໂຍດຫລາຍແຕ່ມັນບໍ່ໄດ້ຊີ້ເອົາບັນຫາຂອງນົມໝົດທຸກຢ່າງ. ຖ້າທ່ານເຫັນແນວຜິດປົກກະຕິດໃນນົມຂອງຕົນ, ໃຫ້ໄປຕິດຕໍ່ກັບໝໍຂອງທ່ານ.

ທ່ານເປັນຜູ້ຄວບຄຸມສຸຂພາບຂອງນົມຂອງທ່ານ

- ໃຫ້ນັດເວລາສ່ອງໄຟຟ້າກວດນົມຕາມຄຳແນະນຳຂອງໝໍຂອງທ່ານ.
- ໃຫ້ເກັບເອກະສານຜົນຂອງການສ່ອງໄຟຟ້ານົມຂອງທ່ານຢູ່ສະເໝີ.
- ໃຫ້ປະຕິບັດຕາມຄຳແນະນຳຂອງໝໍຂອງທ່ານກ່ຽວກັບແນວເຮັດຕໍ່ໄປແລະໃຫ້ນັດເວລາສ່ອງໄຟຟ້າວິຈັຍໄວເທົ່າທີ່ຈະໄວໄດ້ຖ້າຈຳເປັນ.
- ໃຫ້ໝໍຂອງທ່ານກວດນົມຂອງທ່ານເວລາເຂົ້າໄປກວດຮ່າງກາຍເປັນປະຈຳເວລາແລະໃຫ້ທ່ານກວດນົມຂອງຕົນເອງທຸກໆເດືອນ.
- ຖ້າຫາກວ່າທ່ານມີກ້ອນແຂງຢູ່ໃນນົມຫລືທ່ານເຫັນວ່າມີການປ່ຽນແປງຢ່າງໃດເຖິງແມ່ນວ່າການສ່ອງໄຟຟ້ານົມອາດຈະປົກກະຕິຢູ່ ໃຫ້ໄປຫາໝໍຂອງທ່ານໄວທີ່ຈະໄວໄດ້.

ຂ້ອຍຈະຮຽນຮູ້ເຖິງການສ່ອງໄຟຟ້ານົມໄດ້ຢາງໃດ?

ຫ້ອງການສ່ອງໄຟຟ້ານົມມີໃບປ່ຽວຫລືເທບວິດດີວທີ່ຈະແນະນຳເລື້ອງການຮັກສານົມ. ທ່ານອາດຈະອ່ານຫລືເບິ່ງມັນເວລາທ່ານໄດ້ເຂົ້າໄປສ່ອງໄຟຟ້ານົມ.

ເພື່ອຣາຍຣະອຽດທົ່ວໄປກ່ຽວກັບເລື້ອງໂຣກມະເລັງນົມແລະການສ່ອງໄຟຟ້ານົມ, ໃຫ້ຕິດຕໍ່ກັບ:

Cancer Information Service
ຫ້ອງການບໍຣິການຣາຍຣະອຽດໂຣກມະເລັງ
(ຊຶ່ງເປັນການຣັບໃຊ້ຂອງສະຖາບັນໂຣກມະເລັງແຫ່ງຊາດ)
800-4-CANCER

Food and Drug Administration (FDA)
MQSA Consumer Inquiries
1350 Piccard
(HFZ-240)
Rockville, MD 20850

American Cancer Society 800-227-2345
ສະມາຄົມໂຣກມະເລັງອາເມຣິກັນ

ໃຫ້ໃຊ້ໜ້ານີ້ເພື່ອເກັບບັນທຶກໄວ້ລາຍການເວລາທຸກເທື່ອທີ່ທ່ານໄດ້ຮັບການສ່ອງໄຟຟ້ານົມ ເຊັ່ນວັນທີ, ຊື່ແລະເລກບ້ານຂອງຫ້ອງການ, ແລະເລກໂທຣະສັບ.

ທ່ານໝໍຫລືຜູ້ຮັບໃຊ້ປິ່ນປົວຄົນອື່ນ: ____________________

____

____

ວັນທີຂອງການສ່ອງໄຟຟ້ານົມ: ____________________
ຫ້ອງການ: ____________________
ທີ່ຢູ່ຂອງຫ້ອງການ: ____________________
ເລກໂທຣະສັບ: ____________________

ວັນທີຂອງການສ່ອງໄຟຟ້ານົມ: ____________________
ຫ້ອງການ: ____________________
ທີ່ຢູ່ຂອງຫ້ອງການ: ____________________
ເລກໂທຣະສັບ: ____________________

ວັນທີຂອງການສ່ອງໄຟຟ້ານົມ: ____________________
ຫ້ອງການ: ____________________
ທີ່ຢູ່ຂອງຫ້ອງການ: ____________________
ເລກໂທຣະສັບ: ____________________

ວັນທີຂອງການສ່ອງໄຟຟ້ານົມ: ____________________
ຫ້ອງການ: ____________________
ທີ່ຢູ່ຂອງຫ້ອງການ: ____________________
ເລກໂທຣະສັບ: ____________________

ເພື່ອຣາຍຣະອຽດເພີ້ມເຕີ່ມ

ຣາຍຣະອຽດຢູ່ໃນປື້ມນ້ອຍນີ້ໄດ້ອີງຕາມ *ຄຳແນະນຳການປະຕິບັດໜ້າທີ່ຢູ່ທີ່ຄລີນິກ, ຫລັກຄຸນະພາບການສ່ອງໄຟຟ້ານົມ.* *ຄຳແນະນຳ* ໄດ້ຖືກຈັດຕ່ຽມໂດຍຄນະຜູ້ຊ່ຽວສານທີ່ບໍ່ຂຶ້ນກັບຣັຖບານໂດຍການຄວບຄູມຂອງອົງການວ່າການໜ້າໂຍບາຍດ້ານການປິ່ນປົວແລະການຄົ້ນຄົ້ວ (Agency for Health Care Policy and Research). ມີຄຳແນະນຳດ້ານການສຸຂພາບຢ່າງອື່ນຢູ່ແລະມີອີກທີ່ກຳລັງຖືກຈັດຕ່ຽມໄວ້.

ເພື່ອຣາຍຣະອຽດກ່ຽວກັບປື້ມແນະນຳຫລືຈະຫາປື້ມນ້ອຍສະບັບນີ້ເພີ້ມເຕີ່ມໄດ້ ໃຫ້ໂທໄປຫາໂດຍບໍ່ເກັບຄ່າ :

800-358-9295

ຫລືຂຽນຈົດໝາຍໄປເຖິງ :

Agency for Health Care Policy and Research
Publications Clearinghouse
P.O. Box 8547
Silver Spring, MD 20907



ສູນກາງການສູງອາຍຸເອເຊັຍປະຊິຟິກແຫ່ງຊາດ

National Asian Pacific Center on Aging
Suite 914
1511 Third Avenue
Seattle, WA 98101-1626
(206) 624-1221



ກະຊວງບໍຣິການມະນຸດຄົນແລະ
ສຸຂພາບແຫ່ງສະຫະຣັຖ
ກົມບໍຣິການສຸຂພາບສະຖາຣະນະ
ອົງການວ່າການນະໂຍບາຍປິ່ນປົວແລະ
ຄົ້ນຄົ້ວ

U.S. Department of Health and Human Services
Public Health Service
Agency for Health Care Policy and Research
Executive Office Center, Suite 501
2101 East Jefferson Street
Rockville, MD 20852

AHCPR Publication No. 96-G001
October 1995